



〒874-0943 大分県別府市楠町14-8
 TEL:0977-23-5841
 診察日:月・火・水・金・土
 診察時間:9:00-13:00 15:00-18:00
 ホームページ:www//narumi-clinic.jp
 メールアドレス:narumi.clinic@icloud.com
 受付開始時間は8時45分からです

今年は例年になく、早くに梅雨が明けましたが、そのため6月下旬から暑い日が続いています。水分補給と室温の適切な管理に努め、熱中症にならないように注意していきましょう。

★トピックス～お顔の老化気になりませんか？

紫外線の暴露を繰り返すと、皮ふは乾燥して色は黒くなり、弾力がなくなって「しわ・たるみ・しみ」が出来てきます。これが「光老化」という現象です。皮ふの老化の原因のうち、80%がこの光老化と言われています。

夏の間はこの紫外線を防ぐことが重要になってきます。日傘や帽子、長そでを着たりと物理的な方法で紫外線を防いだり、日焼け止めで科学的に防ぐ方法があります。しかしこれらの方法で100%紫外線を防ぐことは困難です。そのため紫外線を浴びた後のお肌のお手入れが重要になってきます。

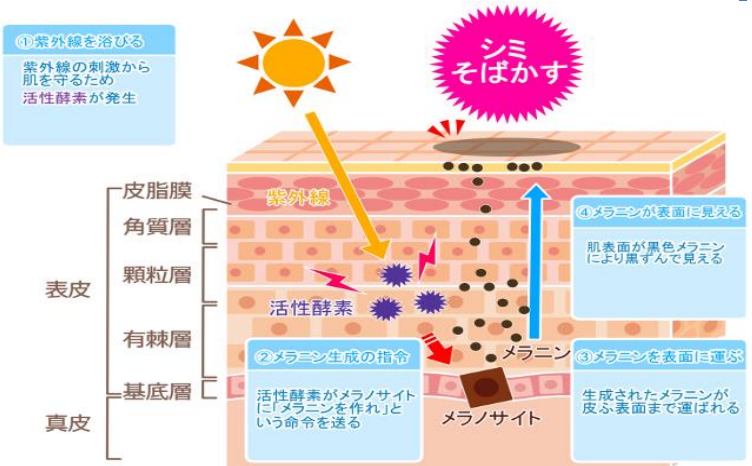
紫外線には表皮にダメージを与えるUVBと、真皮にダメージを与えるUVAがあります。

色素細胞（メラノサイト）は紫外線（UVB）を吸収する色素（メラニン）を作り、肌を守ろうとしますが、

過剰に生産されると表皮細胞の中にたまり「しみ」の原因となります。「しみ」に対する治療は残念ながら、保険診療の適応ではありませんが、市販のクリームでメラニンの合成を抑制するようなものもあるようです。ビタミンCの内服も効果があるとされています。

また真皮では、**膠原線維（コラーゲン）と弾性線維（エラスチン）が張りめぐらされ、肌をピンと張り、弾力が保たれています**が、UVAを浴び続けると、これらが変成して本来の構造が損なわれ、「しわ」が発生します。

真皮の線維間には**基質**といって水分をはじめ電解質やタンパク質、炭水化物のような皮ふの新陳代謝に必要な成分がゼリー状の液体としてつまっています。このなかの**代表的な成分として、酸性ムコ多糖類であるヒアルロン酸やコンドロイチン硫酸、ヘパリンなどがあります**。これらの成分を含んだクリームがうまく吸収され真皮まで届けば、皮ふを活性化することができ、「しわ・たるみ」を改善する効果が期待できます。現在はヒアルロン酸やコラーゲンを含んだクリームなどが市販されていますが、医療用のものではありません。ヘパリン様物質を主成分とするクリーム（ヒルドイドクリームなど）は医療用のものがありますので、まずはこのクリームを使用し、効果が得られなければ、当院ではプラセンタを含有した外用剤をお勧めしています。プラセンタには老化防止や肌の張り艶を回復する効果が期待できます。またシミには、ビタミンCに効果が期待できますが、それほど即効性はありません。これにハイドロキノン含有の外用剤を併用することで、改善効果が早まる場合があります。ご希望の方はパッチテストが必要です。サンプルをお渡しします。特に問題なければ、ぜひご購入ください。（**メラノキアHQ**）



夏期臨時休診のお知らせ

8月12日から8月15日（8月11日も祝日のため休診）ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願ひします。

スキンケアセンターからのお知らせメルスモン・ムースマスク販売開始！

プラセンタは注射と内用液がありましたが、7月から塗るプラセンタ＝メルスモン・ムースマスクの販売を開始します。気になるお肌に直接塗ることから、お肌の艶や張りを回復する効果が期待できます。紫外線でダメージを受けたお肌のお手入れにも、ぜひお試しください。

